



10月チェリー通信



運動会

（10月4日、5日、6日）

10月4日、5日、6日の三日間にわたって年齢を分けて開催します。年齢毎に時間をたっぷり使って、日頃取り組んでいる運動遊びなどを中心に“運動会”を楽しみます。

3歳以上児遠足

（10月18日、21日、26日）

今年は子どもたちだけの参加となる遠足。オリオン、ペガサスは水族館、アンドロメダはこじゅうろうkidsランド、カシオペアは芋ほり&臨海公園。バスでの道中も含めたくさん楽しんでほしいですね。

3歳未満児園外保育

年間行事予定としての園外保育実施は実施しません。
各年齢、クラスによってクラス状況や子どもの様子によって実施を検討いたします。実施の際は別途お知らせいたします。

イベント情報

**※その他イベント情報は
おがスマイイベントページでご
確認ください。
（在園家庭のみ閲覧可）**

年間行事予定に
変更がありましたので10月以降後期分
をお知らせします。
ご確認ください。
※黄色マーカーが
変更箇所です。

令和4年度		年間行事予定	泉チェリーこども園
月	日にち	行事	対象者
10	4日（火）	0, 1歳運動会	0, 1歳児と保護者
	5日（水）	2, 3歳運動会	2, 3歳児と保護者
	6日（木）	4, 5歳運動会	4, 5歳児と保護者
	12日（水）	0歳児園外保育 ★弁当持参	0歳児
	13日（木）	1歳児園外保育 ★弁当持参	1歳児
	14日（金）	2歳児園外保育 ★弁当持参	2歳児
	18日（火）	ペガサス座組・オリオン座組遠足	3歳児
	21日（金）	カシオペア座組遠足 ★弁当持参	カシオペア座組園児
	25日（火）	内科健診	全園児
	26日（水）	アンドロメダ座組遠足 ★弁当持参	アンドロメダ座組園児
11	10（木）	歯科検診	全園児
	11日（金）	焼き芋会	全園児
12	1日（木）	祖父母鑑賞会	全園児とその祖父母
	6日（火）	0, 3歳発表会	0, 3歳児と保護者
	7日（水）	1歳, アンドロメダ座組発表会	1歳児, アンドロメダ座組園児と保護者
	8日（木）	2歳, カシオペア座組発表会	2歳児, カシオペア座組園児と保護者
	21日（水） 22日（木）	年長児個人面談（オレンジ）	カシオペア座組オレンジ 5歳児の保護者
	23日（金）	もちつき会	全園児
	26日（月） 27日（火）	年長児個人面談（ホワイト）	カシオペア座組ホワイト5歳児の保護者
12/29（水）～1/3（月） 休園日			
1	10日（火）	年長児野外活動	カシオペア座組5歳児
	24日（火）	ペガサス座組保育参観懇談会	ペガサス座組園児と保護者
	25日（水）	オリオン座組保育参観懇談会	オリオン座組園児と保護者
	26日（木）	はくちょう座組保育参観懇談会	はくちょう座組園児と保護者
	30日（月）	くじやく座組保育参観懇談会	くじやく座組園児と保護者
	31日（火）	こぐま座組保育参観懇談会	こぐま座組園児と保護者
2	1日（水）	こいぬ座組保育参観懇談会	こいぬ座組園児と保護者
	2日（木）	こぎつね座組保育参観懇談会	こぎつね座組園児と保護者
	3日（金）	豆まき会	全園児
	6日（月）	きりん座組保育参観懇談会	きりん座組園児と保護者
	8日（水）	アンドロメダ座組保育参観懇談会	アンドロメダ座組園児と保護者
	9日（木）	カシオペア座組ホワイト保育参観懇談会	カシオペア座組ホワイト園児と保護者
	10日（金）	カシオペア座組オレンジ 保育参観・懇談会	カシオペア座組オレンジ 園児と保護者
	中旬～3月上旬	布団丸洗い	0歳～4歳児
3	3日（木）	ひなまつり会・クラス写真撮影	全園児
	18日（土）	卒園式	カシオペア座組5歳児と保護者 ★他の年齢のお子さんはお休みとなります。
	25日（土）	午前保育	土曜保育利用の方は13：30までの保育となります
	31日（金）	延長保育お休み	全園児18：00までに降園となります

おすすめレシピ

今月おすすめレシピを紹介してくれるのは
泉チェリーこども園もう一人の栄養士
千葉妃代里先生です！



～今月はこちらの2品を紹介します～

カリカリ美味しい
人気メニュー
です！

みんな大好きカレー味！
お子さんと一緒に作って
も楽しいです😊

鶏肉のカリカリ焼き



カレーサブレ



カレーサブレ

材料

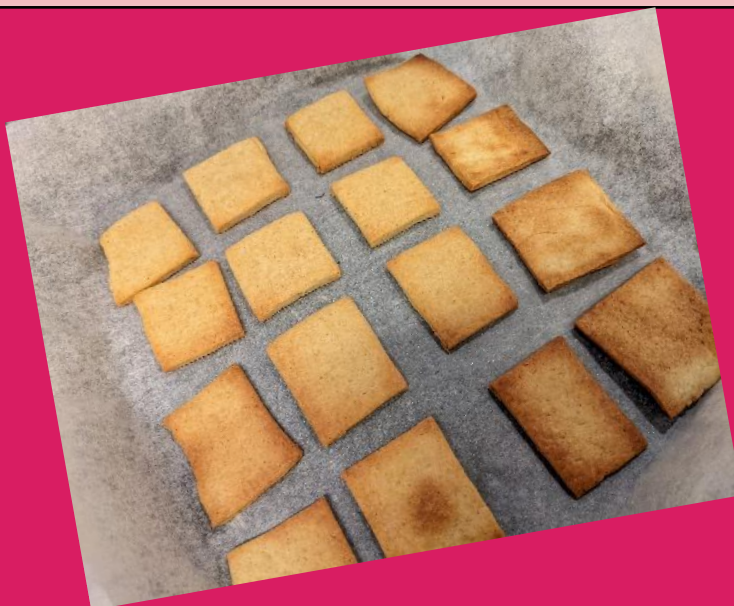
- ・薄力粉 80グラム
- ・グラニュー糖 10グラム
- ・塩 2グラム
- ・油 20グラム
- ・カレー粉 0.8グラム
- ・牛乳 20グラム

作り方

- ① 薄力粉以外の材料をボウルに入れて、混ぜる
- ② ①に薄力粉をふるって入れ、こねる
- ③ 綿棒で薄くのばす（厚み 3 mm くらい）
- ④ お好みの大きさに切る（型抜いてもかわいく仕上がりますよ!）
- ⑤ 190℃のオーブンで10分程度焼いて完成！



薄めにのばすとサクッとした食感に、厚めにするとしっとり食べ応えがある仕上がりになります。
園では提供していないメニューですが、カレー味で大人も子どもも美味しく食べられるレシピです！



鶏肉のカリカリ焼き

材料

- ・鶏もも肉
- ・コーンフレーク
- ・薄力粉
- ・油
- ・ケチャップ

作り方

- ① 薄力粉、油をボウルに入れ、水でとく
- ② 鶏肉に①をつけ、さらにコーンフレークをつける
- ③ 鉄板にオーブンシートを敷き、②を重ならないように並べる
- ④ 180℃のオーブンで30分程度焼く
- ⑤ 皿に盛り、ケチャップをかけて完成！

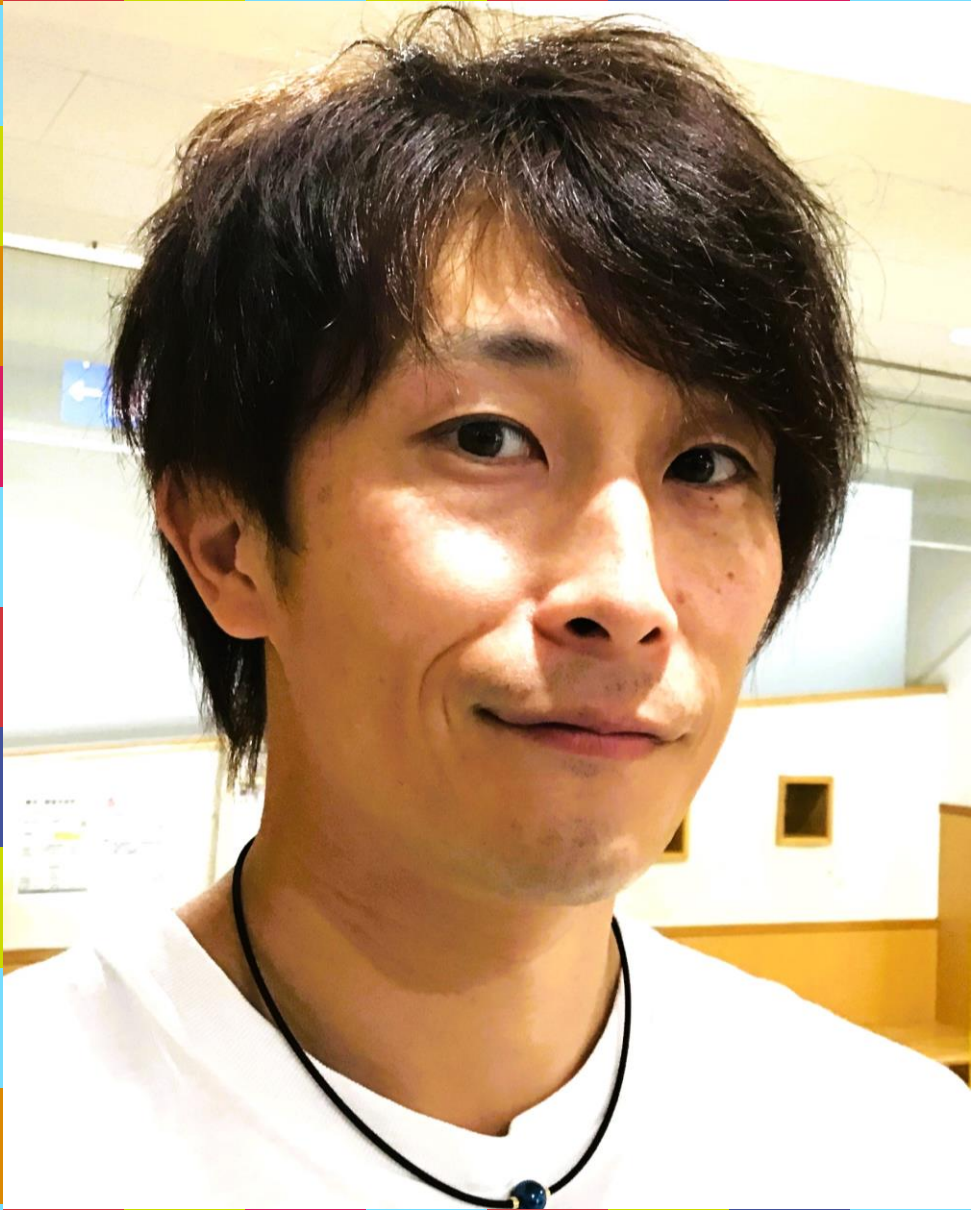


コーンフレークを使用することで揚げなくてもカリカリに仕上がります！

ご家庭で作る際は、フライパンでも調理可能です。

園では鶏もも肉を使用しましたが、豚肉や白身魚を使っても美味しくできます。





体育教室 講師 佐藤 博喜 (37)

泉チェリーこども園で体育教室を実施して
いただいている外部講師の佐藤博喜氏（以
下ひろき先生）

今月はひろき先生の講師としてのキャリアに
関する情報をインタビューしました！

キャリア

セントラルスポーツでインストラクターとして11年のキャリアを積み、独立しフリーのインストラクターへ転身。

どんなインストラクター？

ダンサーや体操競技者としてのスキルを活かした、ダンスレッスンや体躯教室など幅広く実践指導。

ダンス遍歴

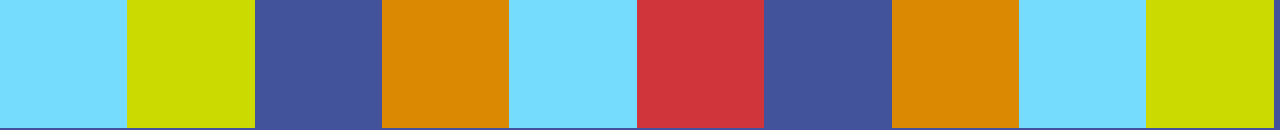
- ストリートダンス東北大会2006優勝
- 山形さくらんぼ祭りダンス大会2010優勝
- OHバンデス出演 ダンス&けん玉エクササイズの紹介
- その他各種ダンス大会で優勝、入賞

目標
自分のスタジオを開設したい！



お知らせ

南光台コミュニティセンターでブレイクダンスレッスンを定期開催してます！！



子育てのヒント

お子さんがなかなか言うことを聞いてくれないときに「置いていくからね!」「勝手にしなさい」「鬼くるよ」などなど、言ってしまうことがありますよね。お気持ちはよくわかりますが、お子さんにとってはもちろん、子どもに言うことを聞いてほしい大人側にとっても悪循環につながっていくことがあります。お子さんを促すとき、どうしても言うことを聞いてもらわないと困るようなときのヒントをお伝えします。

「置いていくからね」「勝手にしなさい」というような表現は心理学的に“ダブルバインド”とよばれ、二重の矛盾した意味が含まれてしまい、混乱と大きなストレスを生んでしまいます。

（置いていくと言って本当に置いていくことはないですよね・・・）



ダブルバインドで混乱するだけでなく、言われた通りに勝手にすればさらに怒られてしまうので混乱のみならず否定される経験が積み重なっていきます。

自己肯定感が下がり人を信用しなくなったり、混乱によって自分の気持ちを表現できなくなるなどの悪影響が出る可能性があります。

どうすればいいの？

「自分で歩いて帰る」
「抱っこで帰る？」など、してほしいことの中でお子さんが選べる**選択肢**を用意して、選べるようにしてみてください。

大人の命令ではなく、自分で選んだことだと肯定的にとりやすいのと、その行動に納得感を得られやすくなります。



「これが完成したらおしまいにしよう。」「おうちに帰ったらお料理を一緒にしよう。」など次の**見通し**が持てるようにしてみましょう。

大人も予定を立てて行動するように、子どもなりの予定（見通し）をもてるようにすることで気持ちの準備ができます。

なるべく**ポジティブな言葉**に言い換えてみましょう。

「おうち帰るよ。」だけでなく、「おいしいごはんおうちで食べよう。」であったり、お買い物が好きなお子さんなら「帰りにお買い物して帰ろう。」であったり、ポジティブな意味をちょっと足してあげるだけで効果的です。

高橋友美先生

○子どもと楽しい、嬉しいを共有する。
○縄跳び。 オセロ。
○キャンプ。 虫は苦手ですが・・・
○一人ひとりの良いところを伸ばしていける保育者。



職員インタビュー

○保育で大切にしていることは？

○好きな遊びは？（保育）

○好きな遊びは？（プライベート）

○どんな保育者を目指したいですか？

佐藤桜先生

○子どもとしっかり向き合うこと。
○みんなで歩いてお散歩に行くこと。
○冬だけですが・・・スノーボード。
○一緒にいて安心できる先生。

